

# 青春期开始时间早晚对女生抑郁、焦虑和问题行为的影响

凌辉<sup>1</sup>, 朱阿敏<sup>2</sup>, 张建人<sup>1</sup>, 陆遥<sup>1</sup>

(1.湖南师范大学教育科学学院心理系,长沙 410081;2.新余学院,新余 338004)

**【摘要】 目的:**探讨青春期开始时间早晚对女生抑郁、焦虑和问题行为的影响。**方法:**整群抽取498名11-16岁的女生,采用青春期发育量表、儿童抑郁障碍自评量表、状态-特质焦虑量表与中学生问题行为自评量表进行测量。**结果:**①67%的女生属于“适时”发育,只有33%的女生属于“早熟”或“晚熟”;②女生的抑郁、状态焦虑和问题行为总分在年龄上存在显著差异,且16岁女生的得分都是最高的;③早熟组女生在抑郁、特质焦虑、攻击行为及退缩上的得分均显著高于晚熟组的女生。**结论:**青春期开始时间早晚可能对女生的抑郁、焦虑和问题行为都有一定影响,且青春期开始时间较早更不利于女生的发展。

**【关键词】** 青春期开始时间;抑郁;焦虑;问题行为

中图分类号: R395.6

DOI: 10.16128/j.cnki.1005-3611.2017.05.035

## The Influence of Pubertal Timing on Girls' Depression, Anxiety and Problem Behaviors

LING Hui<sup>1</sup>, ZHU A-min<sup>2</sup>, ZHANG Jian-ren<sup>1</sup>, LU Yao<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Hunan Normal University, Changsha 410081, China; <sup>2</sup>Xinyu University, Xinyu 338004, China

**【Abstract】 Objective:** To study the influence of pubertal timing on girls' depression, anxiety, and behavioral problems. **Methods:** 498 girls aged from 11 to 16 completed the Pubertal Development Scale, Depression Self Rating Scale for Children, State-Trait Anxiety Inventory, and Middle School Students' Problem Behaviors Questionnaire. **Results:** ①Almost 67% girls were developed "on-time", and 33% were "early maturers" or "late maturers"; ②Differences in depression, anxiety state, and behavioral problems between age were significant, and 16-years-olds scored the highest. ③Girls in "early maturers" group scored higher in depression, anxiety trait, aggressive behavior and withdrawal than those in "late maturers" group. **Conclusion:** Pubertal timing is related to depression, anxiety, and behavioral problems, and early puberty is likely to have negative effects on girl's development.

**【Key words】** Puberty timing; Depression; Anxiety; Problem behavior

青春期开始时间(Puberty Timing)是一个相对的概念,描述的是个体处在某一参考人群背景下或者与某一常模进行比较时,其青春发育过程属于相对较早、适时或相对较晚<sup>[1]</sup>。青春期开始时间较早就是人们通常说的“早熟”,相反,较晚便是通常意义上的“晚熟”。国外研究者一致认为早熟至少是青春期女孩的危险因素。和其他同龄人相比,早熟的女孩在消极的心理健康方面承担了更高的风险,像抑郁、焦虑<sup>[2]</sup>、违规与违法行为<sup>[3]</sup>等。

青春期之前,抑郁在女孩和男孩中的发病率是相似的,然而进入青春期后,抑郁在女孩中的发病率显著升高,女孩和成年女性抑郁的发病率是男性的2倍<sup>[4]</sup>。有研究发现早熟女孩比男孩和晚熟女孩表现出更高的抑郁水平<sup>[5]</sup>,也更易有自杀倾向。Ge等根据月经初潮开始时间将女孩分为三组,发现早熟组比适时发育组和晚熟组女孩有更多的抑郁症状<sup>[6]</sup>,且6年后再次比较三组间的差异发现,早熟组的抑郁

得分依然最高<sup>[4]</sup>,这提示月经初潮提前对女孩抑郁有持久影响。一个小样本研究也显示早熟和晚熟都会增加抑郁、焦虑的发病风险,且抑郁症状可能会从青春期持续到成年早期<sup>[7]</sup>。然而,一项纵向研究发现青春期开始时间和抑郁没有很大的关系,但青春期开始时间和邻里环境可以共同预测女孩的抑郁症状<sup>[8]</sup>。此外,早熟女孩更可能表现出不合群和不受同伴喜欢的特点<sup>[9]</sup>,且与违法、违规行为有关,像偷窃、破坏他人财产和吸食违禁毒品等<sup>[3]</sup>。

综上所述,青春期开始时间早晚对女生的抑郁、焦虑和问题行为有不同的影响,但现有结果大多来自于西方国家的研究,那么在国内会是相同的结果吗?国内对此的研究大多集中在生理指标上或是引起青春期发动提前的原因分析上,只有几篇是对心理和行为影响的研究,像乔晓红等<sup>[10]</sup>发现,女孩早熟引起的乳房提前发育会使她们感到不安及害羞,产生抑郁、社交退缩、攻击等行为问题。因此,本研究可以丰富国内在该领域的本土化研究结果,且对青春期女生的成长教育有着一定的指导意义。

**【基金项目】** 本研究得到2017年湖南省哲学社会科学基金项目“单亲家庭儿童自立人格特点与心理干预策略”资助  
通讯作者:张建人

## 1 对象与方法

### 1.1 对象

整群抽取长沙市11-16岁的女生进行调查,共发放问卷525份,回收有效问卷498份,有效率为94.86%,其中11岁35人,12岁94人,13岁125人,14岁94人,15岁106人,16岁44人;独生子女273人,非独生子女197人(28人该项信息缺失);单亲家庭33人,非单亲家庭436人(29人该项信息缺失)。

### 1.2 工具

1.2.1 青春期发育量表 该量表由Peterson等<sup>[11]</sup>编制,用来评估儿童和青少年青春发育期的生长状况。该量表针对女生的项目有五个,分别评估女生身高的增高、全身毛发的增长、皮肤的变化、乳房的发育及月经初潮的年龄。其中除月经初潮为2级评分外,其余的项目均为4级评分,且具有良好的信效度。

本研究将个体的得分与其同龄人参照群体的均分进行比较。具体来说,本研究根据不同的年龄分为6个小样本,得分>M+1SD的归为早熟组,<M-1SD的为晚熟组,介于两者之间的为适时发育组。

1.2.2 儿童抑郁障碍自评量表 该量表是Birmaher等<sup>[12]</sup>于1981年编制,苏林雁等<sup>[12]</sup>修订,共18题,采用3点计分,得分越高表明抑郁程度越高。

1.2.3 状态-特质焦虑量表 该量表是Spielberger等<sup>[13]</sup>人于1970年编制,共40道题,分为状态焦虑和特质焦虑两个分量表,采用4点计分,且两个分量表都具有良好的信效度。

1.2.4 中学生问题行为自评量表 该问卷是崔丽霞和郑日昌<sup>[14]</sup>于2005年编制,共60题,包括学习适应不良、攻击行为、违纪行为、退缩、神经质、考试焦虑6个维度。采用4点评分,分数越高说明问题行为越多。总量表的内部一致性系数为0.93,各维度的 $\alpha$ 系数在0.66-0.87之间,且具有良好的效度。

## 2 结果

### 2.1 女生青春期开始时间在不同年龄上的分布情况

在498名被试中,根据她们的得分,79名(15.86%)女生属于早熟,适时发育的有336人(67.47%),晚熟的则有83人(16.67%)。被试的青春期开始时间在各年龄上的分布也都符合此规律。详见表1。

表1 女生青春期开始时间在不同年龄上的分布情况

	早熟组	适时发育组	晚熟组
11岁(n=35)	5(14.29%)	23(65.71%)	7(20.0%)
12岁(n=94)	12(12.77%)	65(69.15%)	17(18.09%)
13岁(n=125)	21(16.8%)	81(64.8%)	23(18.4%)
14岁(n=94)	13(13.83%)	69(73.40%)	12(12.77%)
15岁(n=106)	20(18.87%)	67(63.21%)	19(17.92%)
16岁(n=44)	8(18.18%)	31(70.45%)	5(11.36%)

### 2.2 女生抑郁、焦虑和问题行为在人口学变量上的特点分析

结果显示,女生的抑郁、焦虑和问题行为总分在是否独生、是否单亲上均不存在显著差异,但在年龄上存在显著差异。多重比较发现,15岁和16岁女生的抑郁水平都显著高于11、12、13岁的女生;16岁女生在状态焦虑上的得分最高,且显著高于其他年龄的女生;15岁和16岁女生的行为问题均显著高于11、12、13、14岁的女生。详见表2。

### 2.3 青春期开始时间早晚在抑郁、焦虑和问题行为上的差异分析

协方差结果显示,女生青春期开始时间在抑郁、状态焦虑、特质焦虑、攻击行为、违纪行为以及退缩上均存在显著差异,但在问题行为总分、学校适应不良、神经质和考试焦虑上差异均不显著。早熟组女生的抑郁、特质焦虑水平都显著高于晚熟组的女生;早熟组女生的攻击行为显著高于适时发育组和晚熟组的女生;早熟组女生的违纪行为显著高于适时发育组的女生;早熟组女生比晚熟组的女生有更多的退缩行为。详见表3。

表2 女生抑郁、焦虑和问题行为在年龄上的差异分析

	11岁(n=35)	12岁(n=94)	13岁(n=125)	14岁(n=94)	15岁(n=106)	16岁(n=44)	F值	多重比较
抑郁	11.09±5.95	11.33±6.15	11.83±5.66	13.09±5.73	13.74±5.60	15.09±5.85	4.40**	5>1*; 6>1**; 4>2*; 5>2**; 6>2***; 5>3*; 6>3**
状态焦虑	41.17±8.12	41.36±7.14	42.27±6.58	41.81±6.80	42.20±7.36	45.36±6.77	2.26*	6>1**; 6>2**; 6>3*; 6>4**; 6>5*
特质焦虑	40.46±6.63	42.01±7.95	41.52±6.88	42.46±7.15	42.76±7.00	45.02±7.59	2.13	NS
问题行为总分	95.49±20.20	95.79±22.61	97.41±22.92	109.01±24.60	117.23±23.74	118.70±26.52	15.88***	4>1**; 5>1***; 6>1***; 4>2***; 5>2***; 6>2***; 4>3***; 5>3***; 6>3***; 5>4*; 6>4*

注: \* $P<0.05$ , \*\* $P<0.01$ , \*\*\* $P<0.001$ ,下同; 1=11岁, 2=12岁, 3=13岁, 4=14岁, 5=15岁, 6=16岁。

表3 青春期开始时间在抑郁、焦虑和问题行为上的协方差分析

	早熟组 (n=79)	适时发育组 (n=336)	晚熟组 (n=83)	ANCOVA <sup>a</sup>	
				F	多重比较
抑郁	14.05±5.99	12.52±5.85	11.63±5.79	3.07*	1>3*
状态焦虑	42.11±7.50	42.65±6.94	40.40±7.00	3.23*	2>3*
特质焦虑	43.54±7.88	42.46±7.05	40.39±7.21	3.81*	1>3**; 2>3*
问题行为总分	110.24±25.20	105.13±24.73	101.01±26.64	2.03	NS
学习适应不良	21.52±6.45	21.61±5.97	20.93±6.54	0.27	NS
攻击行为	18.30±5.91	16.65±5.14	16.24±5.23	3.25*	1>2*; 1>3*
违纪行为	17.76±5.68	16.15±4.17	16.54±4.72	3.77*	1>2**
退缩	22.39±6.76	21.20±7.08	19.48±6.42	3.05*	1>3*
神经质	19.10±7.06	17.59±6.59	16.34±5.93	2.90	NS
考试焦虑	11.16±3.98	11.92±4.09	11.48±4.22	1.46	NS

注:a:控制变量为年龄;1=早熟组,2=适时发育组,3=晚熟组。

### 3 讨 论

本研究发现,11至16岁女生中,绝大多数进入青春期的时间都处于“适时”这个范围内,这个结果基本符合我国青少年青春期发育年龄的一般水平<sup>[15]</sup>。同时,结果也显示女生进入青春期的年龄并不同步,像有些女生11岁就已经进入了青春期,而有的13岁女生尚未进入青春期发育,而正是这种个体间的差异性可能会导致部分女生产生一定的社会、心理压力,进而出现诸如抑郁、焦虑等多方面的问题。

差异分析发现,女生的抑郁、状态焦虑和问题行为总分在年龄上都存在显著差异,且16岁女生的得分都是最高的,这和以往的研究结果是一致的<sup>[16]</sup>。有研究表明,学习压力和人际交往是中学生的两大主要应激源<sup>[17]</sup>,而16岁的女生大部分都是刚进入高一,此时她们不仅面临着新环境的适应,也要建立新的人际关系,还有更为沉重的学习压力,由此会更有可能会遭受更多来自学习、同伴交往等方面的应激和挫折,因此更容易引起抑郁、焦虑等情绪问题,相应的伴随着一些不良行为的产生。

国内女生的青春期开始时间早晚对抑郁、焦虑和问题行为的影响和国外是一致的,这表明国内外女生在青春期的心理发展和特点是相似的,且在情绪上具有共性体验。处于青春期的女生在生理上会有很大的变化,像第二性征的出现、体格发育渐趋成熟等,但与之相对的心理发展相对迟缓,像心理上的不成熟和情绪上的不稳定,身心发育的不平衡会让女生产生烦躁、焦虑,甚至是抑郁等情绪,伴随着一些行为问题的产生。

早熟组女生的抑郁和特质焦虑水平都显著高于晚熟组的女生,这和以往的结果一致<sup>[10]</sup>。究其原因,早熟女生需要比同龄人更早的面对月经初潮以及胸部等身体发育的应激情况,同时长辈也会把一些不

适合她们的成熟认识施加到她们身上,以致于她们在没有做好情感和认知准备的情况下被迫面对早熟的挑战,从而引起抑郁、焦虑等负面情绪<sup>[5]</sup>。青春期开始时间对抑郁的影响也可能意味着一种社会心理关联。女孩一般比男孩提前两年进入青春期,而早熟女孩在同龄人中就更是“与众不同”,明显的体格成熟增加了她们交到同龄朋友的困难,体重的增加会让她们产生严重的情绪困扰,像经常担心自己过高或是过胖,对出现月经初潮的困惑与不知所措,且胸部的发育也可能招致同伴的嘲笑,这些早熟引发的一系列变化都会让女孩迷茫、不安,进而引起焦虑、抑郁等负面情绪。研究发现,月经初潮提前不仅增加了女孩的攻击性和违纪行为,也使得原本就拥有较高焦虑水平的女孩的心理压力进一步加大,从而使这些女孩进入青春期后变得更加抑郁<sup>[18]</sup>。另外,激素影响假说的观点认为青春发动期激素变化可能加剧了环境导致的不良情绪反应,已有研究证实雌激素水平的降低与抑郁有关<sup>[19]</sup>。青春期激素分泌的增加使得女孩对情绪和压力的变化更为敏感,这可能会直接影响到女孩行为的改变,像吸毒等,通过改变早熟女孩与同伴、父母之间的相互作用,反过来又会引发复杂的、令人苦恼的社会联结异常,进一步增加了女孩抑郁的风险。

早熟组女孩在退缩上的得分也显著高于晚熟组的女孩,这和乔晓红<sup>[10]</sup>的结果一致。处于青春期的女孩是非常敏感的,而女孩进入青春期最明显的变化就是胸部的发育,这对女孩是一个很大的冲击,当她们发现自己与周围的其他同龄女生“不一样”时,会产生一定的心理压力,害怕别人在背后议论自己的不同和异样的眼光,开始变得怀疑、猜忌和“小心眼”,同时也会表现出一些社会退缩行为,如行为抑制、害羞和社交孤独等,她们更愿意独处,而不是与其他女生讨论自己的身体变化,以致于难以维持与没有类似发育速度的同龄女孩间的友谊<sup>[16]</sup>。另一方面,“早熟女生”在其所处的同龄人群体中似乎成为了一个“异类”,她们可能会遭到同伴的拒绝与孤立<sup>[9]</sup>,而人际关系质量的下滑也促使早熟女生更易表现出退缩、回避等行为倾向。

另外,本研究还发现早熟女孩比晚熟女孩有更多的攻击和违纪行为,这与以往的结果一致<sup>[3]</sup>。心理社会理论表明同年长青少年的友谊会导致早熟女孩破坏行为的发生,研究发现早熟的女孩更喜欢和比自己年龄大的人交朋友,而年龄较大的青少年对侵犯行为更为容忍,这就导致早熟女孩越来越频繁



地打破规则,而且对此行为有越来越多的积极反应<sup>[20]</sup>。

### 参 考 文 献

- 1 Tanner JM. Growth and maturation during adolescence. *Nutrition Reviews*, 1981, 39(2): 43-55
- 2 Deardorff J, Hayward C, Wilson KA, et al. Puberty and gender interact to predict social anxiety symptoms in early adolescence. *The Journal of Adolescent Health*, 2007, 41(1): 102-104
- 3 Haynie DL. Context of risk? Explaining the link between girls' pubertal development and their delinquency involvement. *Social Forces*, 2003, 82(1): 355-397
- 4 Ge X, Kim IJ, Brody G, et al. It's about timing and change: Pubertal transition effects on symptoms of major depression among African American youths. *Developmental Psychology*, 2003, 39(3): 430-439
- 5 Patton GC, Hibbert ME, Carlin J, et al. Menarche and the onset of depression and anxiety in Victoria, Australia. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 1996, 50(6): 661-666
- 6 Ge X, Conger RD, Elder GH. Coming of age too early: Pubertal influences on girls' vulnerability to psychological distress. *Child Development*, 1996, 67(6): 3386-3400
- 7 Foster H, Hagan J, Brooks-Gunn J. Growing up fast: Stress exposure and subjective "weathering" in emerging adulthood. *Journal of Health and Social Behavior*, 2008, 49(2): 162-177
- 8 White RMB, Deardorff J, Gonzales N. Contextual amplification or attenuation of pubertal timing effects on depressive symptoms among Mexican American girls. *Journal of Adolescent Health*, 2012, 50(6): 565-571
- 9 Petersen AC, Sarigiani PA, Kennedy RE. Adolescent depression: Why more girls? *Journal of Youth and Adolescence*, 1991, 20(2): 247-271
- 10 乔晓红,俞建,谢晓恬. 青春期发育提前女童行为问题的病例对照研究. *中国心理卫生杂志*, 2008, 22: 249-252
- 11 Petersen AC, Crockett L, Richards M, et al. A self-report measure of pubertal status: Reliability, validity, and initial norms. *Journal of Youth and Adolescence*, 1988, 17(2): 117-133
- 12 苏林雁,王凯,朱焱,等. 儿童抑郁障碍自评量表的中国城市常模. *中国心理卫生杂志*, 2003, 17(8): 547-549
- 13 Spielberger CD, Gorsuch R, Lushene R, et al. *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory(Form Y)*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press, 1983. 577
- 14 崔丽霞,郑日昌. 中学生问题行为的问卷编制和聚类分析. *中国心理卫生杂志*, 2005, 19(5): 313-315
- 15 杜敏联. 从青春期发育年龄提前的年代趋势解析对性早熟的再认识. *国外医学内分泌学分册*, 2005, 25(4): 232-234
- 16 Ge X, Conger RD, Elder GH. Pubertal transition, stressful life events, and the emergence of gender differences in adolescent depressive symptoms. *Developmental Psychology*, 2001, 37(3): 404-417
- 17 丁新华,王极盛. 中学生生活事件与抑郁的关系. *中国心理卫生杂志*, 2000, 16(11): 788-790
- 18 Allison CM, Hyde JS. Early menarche: Confluence of biological and contextual factors. *Sex Roles*, 2013, 68(1): 55-64
- 19 Naninck EFG, Lucassen PJ, Bakker J. Sex differences in adolescent depression: Do sex hormones determine vulnerability? *Journal of Neuroendocrinology*, 2011, 23(5): 383-392
- 20 Laitinen-Krispijn S, van der EJ, Hazebroek-Kampschreur AAJM, et al. Pubertal maturation and the development of behavioural and emotional problems in early adolescence. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 1999, 99(1): 16-25
- 21 杨烨,王登峰. Rosenberg自尊量表因素结构的再验证. *中国心理卫生杂志*, 2007, 21(9): 603-605
- 22 陈祉妍,杨小冬,李新影. 流调中心抑郁量表在我国青少年中的试用. *中国临床心理学杂志*, 2009, 17(4): 443-445
- 23 Fardouly J, Vartanian LR. Negative comparisons about one's appearance mediate the relationship between Facebook usage and body image concerns. *Body Image*, 2015, 12: 82-88
- 24 Stronge S, Greaves LM, Milojev P, et al. Facebook is linked to body dissatisfaction: Comparing users and non-users. *Sex Roles*, 2015, 73(5-6): 200-213

(收稿日期:2016-02-25)

(收稿日期:2016-12-20)

(上接第962页)

- 19 Choi E, Choi I. The associations between body dissatisfaction, body figure, self-esteem, and depressed mood in adolescents in the United States and Korea: A moderated mediation analysis. *Journal of Adolescence*, 2016, 53: 249-259
- 20 Cash TF, Fleming EC, Alindogan J, et al. Beyond Body Image as a Trait: The Development and Validation of the Body Image States Scale. *Eating Disorders*, 2002, 10(2): 103-113
- 21 杨烨,王登峰. Rosenberg自尊量表因素结构的再验证. *中国心理卫生杂志*, 2007, 21(9): 603-605